

**STIMULASI PIJAT OKSITOSIN SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN
PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI DI DESA MOJOTRISNO
KECAMATAN MOJOAGUNG
KABUPATEN JOMBANG**

Kolifah

Pengajar STIKES PEMKAB JOMBANG

ABSTRAK

Air susu ibu (ASI) adalah cairan putih yang merupakan suatu emulsi lemak dan larutan protein, laktosa dan garam organik yang dikeluarkan oleh kelenjar mammae pada manusia. ASI merupakan salah satu-satunya makanan alami berasal dari tubuh yang hidup, disediakan bagi bayi sejak lahir hingga berusia 2 tahun atau lebih.

Tujuan dari kegiatan ini adalah membantu memaksimalkan produksi oksitosin, reseptor prolaktin dan meminimalkan efek samping dari tertundanya proses menyusui oleh bayi.

Hasil dari kegiatan ini adalah semua ibu menyusui yang berada di Desa Mojotrisno Kecamatan Mojoagung Kabupaten Jombang dapat melaksanakan pijat oksitosin sehingga produksi ASInya dapat meningkat

PENDAHULUAN

Air susu ibu (ASI) adalah cairan putih yang merupakan suatu emulsi lemak dan larutan protein, laktosa dan garam organik yang dikeluarkan oleh kelenjar mammae pada manusia. ASI merupakan salah satu-satunya makanan alami berasal dari tubuh yang hidup, disediakan bagi bayi sejak lahir hingga berusia 2 tahun atau lebih.

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) merekomendasikan agar bayi baru lahir mendapat ASI eksklusif (tanpa tambahan apa-apa) selama enam bulan. Hal ini dikarenakan ASI adalah nutrisi alamiah terbaik bagi bayi dengan kandungan gizi

paling sesuai untuk pertumbuhan optimal. Namun hanya 35.5% bayi berusia kurang dari 6 bulan di dunia mendapatkan ASI Eksklusif (*World Health Statistics* WHO, 2011), sedangkan di negara berkembang dan di Asia masing-masing sebesar 37% dan 41%. Di Indonesia cakupan ASI eksklusif sebesar 61.5% (BPS, Susenas 2011), kemudian menurut LB3 Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur menyebutkan jumlah bayi yang diberi ASI eksklusif tahun 2012 di Jawa Timur sebesar 64,08% (Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2012). Terakhir dari data LB3 KIA Jember menyebutkan, selama tahun 2012 jumlah bayi yang diberi ASI Eksklusif mencapai 66,37%. (Dinas Kesehatan Jember, 2012).

Penurunan pencapaian ASI Eksklusif dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain produksi ASI berkurang yang disebabkan oleh hormon dan persepsi ibu tentang ASI yang tidak cukup. Faktor produksi dan pengeluaran ASI dalam tubuh dipengaruhi oleh dua hormon, yaitu prolaktin dan oksitosin. Untuk mengatasi masalah pengeluaran ASI yang disebabkan oleh menurunnya stimulasi hormon oksitosin yaitu dengan menyusui dini dijam-jam pertama karena semakin putting sering dihisap oleh mulut bayi, hormon yang dihasilkan semakin banyak, sehingga susu yang keluar pun banyak. Selain itu bisa juga dilakukan pijat oksitosin. Tindakan tersebut dapat membantu memaksimalkan produksi oksitosin, reseptor prolaktin dan meminimalkan efek samping dari tertundanya proses menyusui oleh bayi. Pijat Oksitosin merupakan pemijatan tulang belakang pada costa ke 5-6 sampai ke scapula yang akan mempercepat kerja saraf parasimpatis merangsang hipofise posterior untuk mengeluarkan oksitosin.

MANFAAT KEGIATAN

Kegiatan ini diadakan supaya semua ibu menyusui yang berada di Desa Mojotrisno Kecamatan Mojoagung Kabupaten Jombang dapat melaksanakan pijat oksitosin sehingga produksi ASInya dapat meningkat.

SASARAN KEGIATAN

Ibu menyusui di wilayah kerja puskesmas mojoagung yaitu desa mojotrisnio sejumlah 32 ribu menyusui.

BENTUK KEGIATAN

Penyuluhan tentang ASI eksklusif dan melakukan pijat oksitosin

DAFTAR PUSTAKA

- Roesli, Utami. 2008. *Inisiasi Menyusu Dini Plus ASI Eksklusif*. Jakarta : Pustaka Bunda
- Mardiyaningsih, E.at al. 2007. *Efektifitas Kombinasi Teknik Marmet dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI*. Jakarta. FIK Universitas Indonesia.
- World Health Statistics (WHO). 2011. *Pencatatan Dan Pelaporan Cakupan ASI Eksklusif*.

